

全国の死因順位別にみた年齢階級・死亡数・死亡率(2016年)

資料：平成30年版自殺対策白書

自殺は幅広い年代で深刻な問題！

| 年齢階級 | 第1位 | | | 第2位 | | | 第3位 | | |
|--------|-------|--------|-------|-------|--------|------|-------|--------|------|
| | 死因 | 死亡数(人) | 死亡率 | 死因 | 死亡数(人) | 死亡率 | 死因 | 死亡数(人) | 死亡率 |
| 10～14歳 | 悪性新生物 | 95 | 1.7 | 自殺 | 71 | 1.3 | 不慮の事故 | 66 | 1.2 |
| 15～19歳 | 自殺 | 430 | 7.2 | 不慮の事故 | 306 | 5.1 | 悪性新生物 | 120 | 2.0 |
| 20～24歳 | 自殺 | 1,001 | 17.0 | 不慮の事故 | 373 | 6.3 | 悪性新生物 | 159 | 2.7 |
| 25～29歳 | 自殺 | 1,165 | 19.0 | 悪性新生物 | 315 | 5.1 | 不慮の事故 | 291 | 4.7 |
| 30～34歳 | 自殺 | 1,253 | 17.8 | 悪性新生物 | 641 | 9.1 | 不慮の事故 | 346 | 4.9 |
| 35～39歳 | 自殺 | 1,445 | 18.2 | 悪性新生物 | 1,326 | 16.7 | 心疾患 | 495 | 6.2 |
| 40～44歳 | 悪性新生物 | 2,675 | 28.0 | 自殺 | 1,739 | 18.2 | 心疾患 | 1,095 | 11.5 |
| 45～49歳 | 悪性新生物 | 4,753 | 52.1 | 自殺 | 1,888 | 20.7 | 心疾患 | 1,819 | 19.9 |
| 50～54歳 | 悪性新生物 | 7,696 | 98.9 | 心疾患 | 2,476 | 31.8 | 自殺 | 1,853 | 23.8 |
| 55～59歳 | 悪性新生物 | 12,605 | 168.9 | 心疾患 | 3,488 | 46.7 | 脳血管疾患 | 2,148 | 28.8 |
| 60～64歳 | 悪性新生物 | 23,343 | 288.4 | 心疾患 | 5,824 | 71.9 | 脳血管疾患 | 3,324 | 41.1 |

『誰も自殺に追い込まれることのない丸亀市』を一緒に目指しましょう

自殺予防相談窓口

自殺対策に丸亀市全体で取り組みます。
ぜひ、ご相談ください。健康課(TEL 24-8806)

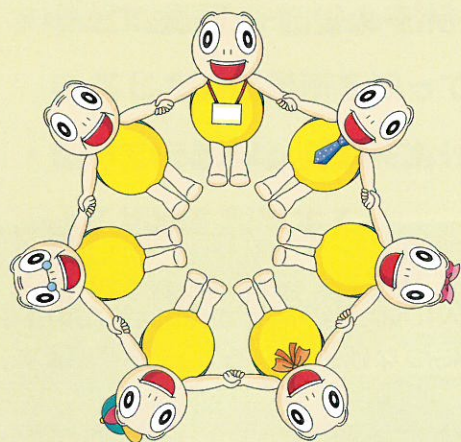
相談窓口は
こちら→



自殺対策基本計画・

自殺対策基本計画 推進のための実行プラン

詳細は
こちら→



丸亀市自殺対策基本計画 実行プラン ダイジェスト版

発行/丸亀市いのちを支える自殺対策事務調整会議
事務局 健康福祉部 健康課

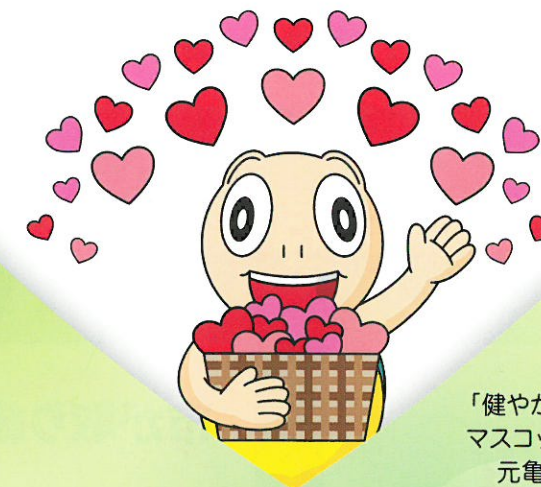
丸亀市大手町2丁目1番7号
TEL0877-24-8806 FAX0877-24-8830

発行日/2019年3月

丸亀市自殺対策基本計画 推進のための実行プラン

ダイジェスト版

大切な「いのち」を
守るために



「健やか まるがめ21」
マスコットキャラクター
元亀(げんぎ)くん

誰も自殺に追い込まれることのない
丸亀市に向けて

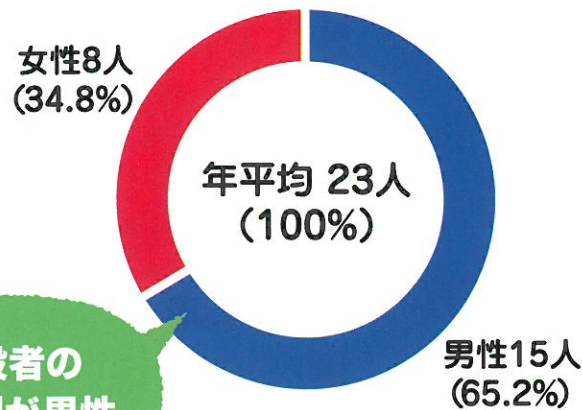
誰も自殺に追い込まれる

自殺は『誰にでも起

丸亀市の自殺死亡者総数及び男女構成比

(2009年~2016年平均)

資料: 自殺総合対策推進センター提供資料(警察庁「自殺統計」【自殺日・住居地】)



自殺者の約7割が男性

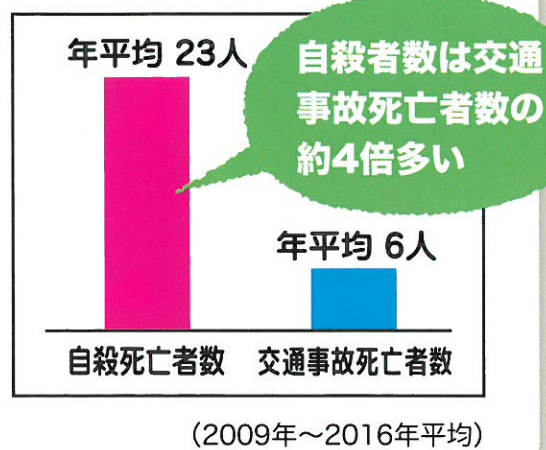
男性は40代、70代に多い



女性は60代に多い

交通事故死亡者数との比較

資料: 交通事故統計資料(香川県警察本部)



丸亀市の性・年代別人口 10万人当たりの自殺死亡率

資料: 自殺総合対策推進センター提供資料(警察庁「自殺統計」【自殺日・住居地】)

男性

女性

| 年代 | 丸亀市 | 香川県 | 全国 | 年代 | 丸亀市 | 香川県 | 全国 |
|-------|------|------|------|-------|------|------|------|
| 20歳未満 | 7.1 | 3.3 | 3.2 | 20歳未満 | 0 | 1.1 | 1.6 |
| 20歳代 | 27.6 | 26.4 | 27.7 | 20歳代 | 3.7 | 12.4 | 10.8 |
| 30歳代 | 20.8 | 32.9 | 27.6 | 30歳代 | 13.7 | 10.3 | 11.4 |
| 40歳代 | 42.5 | 30.5 | 33.1 | 40歳代 | 16.0 | 12.6 | 12.7 |
| 50歳代 | 37.5 | 36.4 | 38.9 | 50歳代 | 5.9 | 9.2 | 14.4 |
| 60歳代 | 31.3 | 27.7 | 33.0 | 60歳代 | 27.8 | 14.7 | 14.4 |
| 70歳代 | 42.6 | 26.6 | 34.6 | 70歳代 | 13.0 | 16.4 | 17.4 |
| 80歳以上 | 13.9 | 26.3 | 42.4 | 80歳以上 | 17.8 | 15.1 | 17.7 |

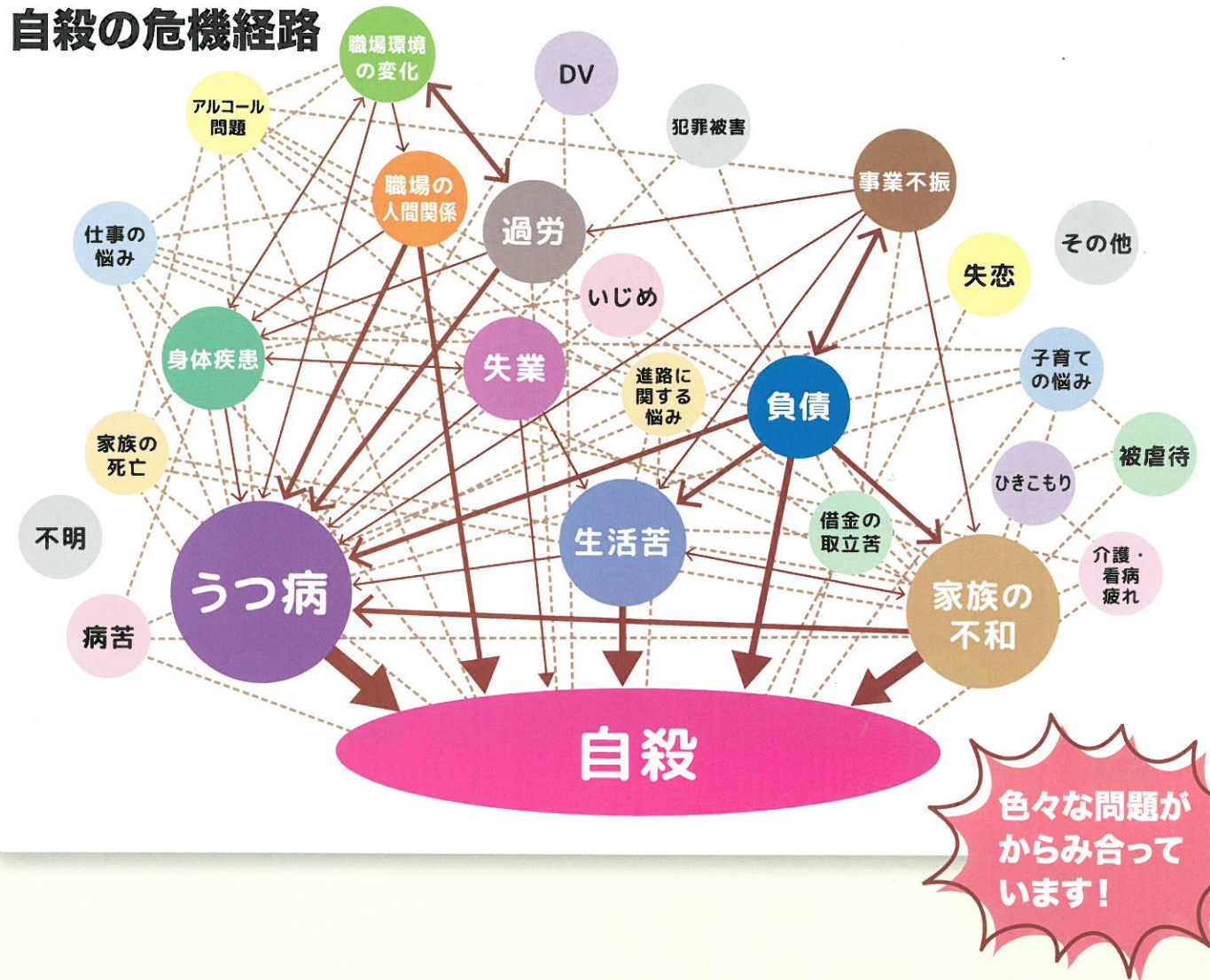
※各性・年代別の人口10万人に対する自殺死亡率を示す。

(例) 40歳代の男性が10万人いると想定すると、丸亀市の自殺による死亡数は42.5人です。

ことのない丸亀市に向けて

こり得る危機』です！

自殺の危機経路



色々な問題がからみ合っています！

丸亀市の自殺者の特徴とその背景にある主な自殺の危機経路 (2012年~2016年合計)

| 丸亀市の上位5区分 | 主な自殺の危機経路の事例 |
|--------------------|--|
| 1位: 女性60歳以上 無職 同居 | 身体疾患→病苦→うつ状態→自殺 |
| 2位: 男性60歳以上 無職 同居 | 失業(退職)→生活苦+介護の悩み(疲れ)→身体疾患→自殺 |
| 3位: 男性40~59歳 有職 同居 | 配置転換→過労→職場の人間関係の悩み+仕事の失敗→うつ状態→自殺 |
| 4位: 男性40~59歳 無職 独居 | 失業→生活苦→借金→うつ状態→自殺 |
| 5位: 男性60歳以上 有職 同居 | ①【労働者】身体疾患+介護疲れ→アルコール依存→うつ状態→自殺 ②【自営業者】事業不振→借金+介護疲れ→うつ状態→自殺 |

資料: NPO法人ライフリンク「1000人実態調査」

誰も自殺に追い込まれることのない丸亀市に向けて

計画の策定



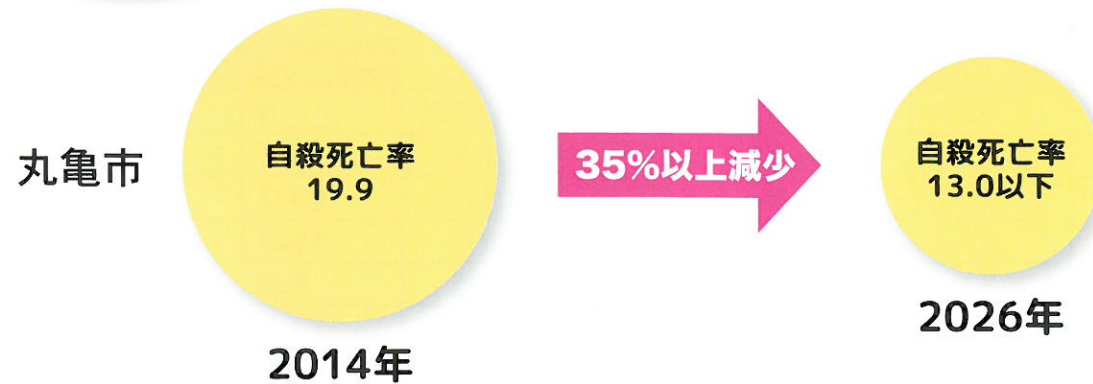
実行プランの位置づけ

実行プランは、「自殺対策基本法」第13条第2項に基づき、策定済みの「丸亀市自殺対策基本計画」推進にあたり、国の自殺総合対策大綱・いのち支える香川県自殺対策計画及び丸亀市の実情を勘案して、丸亀市の自殺対策を推進するためにより具体的な実施内容を掲載したものです。

数値目標

自殺者の減少を目標に

資料：香川の保健統計指標



※自殺死亡率…人口10万人当たりの自殺による死亡率を示す

笑ってストレスと上手につきあおう!



①自殺予防に対する理解促進

めざす姿

自殺について正しく理解し、防ぐことができる

市民が取り組むこと

- ・日頃からこころの健康づくりに関心を持つ
- ・生きがいややりがいを感じられる役割や趣味を持つ
- ・ストレスと上手につきあう

市が取り組むこと

- ・自殺予防に関する知識や理解を広める

「なんかしんどい」とか「眠れない」なども自殺のサインかも知れない!! ゲートキーパー養成講座で話を聞いて、家族や友人の悩みに早く気づいてあげたいと思いました。
Sさん 50歳代 女性

地域で
見守り!



②自殺予防に取り組む人材育成

ひとりで
抱え込ま
ないで!



③相談・支援体制の整備

めざす姿

自殺のサインに気づき、支える人を増やす

市民が取り組むこと

- ・日頃から周囲の関わりを大切にし、家族や仲間の変化に気づく
- ・ゲートキーパーの役割について理解し、できる範囲で取り組む
- ・日頃から地域の活動に参加し交流を図る

市が取り組むこと

- ・ゲートキーパーの役割や必要性について周知する
- ・ゲートキーパーの養成を行う

※ゲートキーパー…
悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことを示す。

めざす姿

孤立しない仕組みづくり

市民が取り組むこと

- ・身近に相談できる人を持ち、悩み事に応じた相談場所を知っておく
- ・働いている人は、職域における専門職による相談を利用する
- ・家族の悩みを共有し、相談しあえる関係を築く

市が取り組むこと

- ・各種相談窓口の啓発活動などを、関係機関・団体と連携して取り組む

職場の後輩が、よく休むようになってしまったので、どうしたのか聞いてみました。家族の介護などで大変だったようなので、相談窓口のことを紹介してあげました。身近に相談する場所や機関があればいいと思います。

Tさん 40歳代 男性